Noua formă organizatorică a federaţiilor

Urmare din pagina 1-a

Tehnice, Propagandă, Organizatorice din Organizaţia Sportului Popular, astfel că federaţiile nu vor mai fi un organ izolat ci unul strâns legat de centru, unul ce va trebui să fie perfect sincronizat în noua formă organizatorică", a încheiat d. Lichiardopol cuvântarea sa, care marchează clar drumul pe care trebue să meargă noii activişti federali ai O. S. P pentru ridicarea sportivă a maselor din R. P. R.

BAZA DE MASSE A SPORTULUI SOVIETIC

(Urmare din pagina 1-a)

ŢINE VIITORUL, CU MAINILE LOR VA FI CUCERIT DREPTUL LA EDIFICAREA NOUILOR TEMELII ALE SOCIETAŢII OMENEŞTI".

Geniatul continuator al operei lui Lenin şi conducătorul iubit al milioanelor de oameni sovietici, Iosif Visarionovici Stalin, urmăreşte cu acelaşi atenţie desvoltarea mişcării sportive sovietice. Intr'o cuvântare ţinută în anul 1930, Stalin a relevat în ţara Sovietelor există toate condiţiunile pentru "A CREŞTE O GENERAŢIE NOUA DE MUNCITORI, SANATOŞI ŞI PLINI DE VOIE BUNA, CAPABILI SA RIDICE PUTEREA UNIUNII SOVIETICE LA INALŢIMEA CUVENITA ŞI S'O APERE CU PIEPTUL LOR IMPOTRIVA ATENTATELOR DUŞMANE".

Salutând pe colhoznicii sportivi cari au parcurs călare drumul dela Ahşabad la Moscova (peste 5000 Km.), generalissimul Stalin a scris în 1935: "Numai claritatea scopului, perseverenţa întru atingerea acestui scop şi tăria de caracter care înlătură orice fel de obstacole, au fost în stare să asigure o atât de glorioasă victorie".

Regretatul fost preşedinte al Sovietului Suprem al URSS, Mihail Ivanovici Kalinin, în cuvântările sale, nu odată s'a oprit asupra problemei educaţiei fizice şi sportului.

"Dorim să obţinem o desvoltare mult laterală a omului, spune M. I. Kalinin, pentrucă el să ştie bine să alerge, să înoate, să umble repede şi frumos, pentru că toate organele sale să fie în ordine, într'un cuvânt, să fie normal, sănătos".

Grija conducătorilor sovietici pentru propagarea cât mai cuprinzătoare a sportului în întreaga Uniune, şi-a vădit roadele. Astăzi, 600 stadioane, 14.000 de terenuri sportive complexe, 45.000 terenuri de volley şi basket, 6000 staţiuni de ski şi multe alte instalaţiuni sportive stau la dispoziţia tineretului care creşte viguros, sănătos şi robust.

Exemplul Uniunii Sovietice, ţara în care socialismul îşi croieşte un drum triumfător, este caracteristic şi faptul că tinerii sportivi din URSS se află astăzi printre fruntaşii sportului mondial nu este decât o firească consecinţă a înţeleptei organizări Sovietice, o consecinţă a desvoltării progresive a socialismului biruitor.

Marius Godeanu

CICLISM

M. NICULESCU CONDUCE IN CLASAMENTUL GENERAL AL «CURSEI VICTORIA»

Primele patru etape ale "Cursei Victoria" s'au consumat şi ele au însemnat un frumos succes pentru ciclismul autohton.

Cum s'au desfăşurat etapele

Două etape (şi în special Bucureşti—Alexandria şi retur) s'au desfăşurat monoton cu medii orare mici.

Spuneam într'un alt comentariu că probabil ciclistii noştri se conservă pentru etapele viitoare şi am avut dreptate. Căci în etapa III şi IV trena a fost mai susţinută şi mediile orare au fost superioare. In general cursa a câştigat în spectaculozitate şi numeroşi spectatori ai sosirilor au avut ocazia să vadă lupte pentru ocuparea primului loc.

O caracteristică ce spune foarte mult este aceea că toate etapele desfăşurate până astăzi au fost câştigate la sprintul final. Acest lucru dovedeşte că avem alergători de forţă sensibil egală şi că nu se poate vorbi de o supremaţie a unuia în ciclismul nostru.

Avem impresia că ediţia a patra a cursei "Victoria" va cunoaşte câştigătorul deabea după consumarea celor şase etape dintre care au mai rămas doar două: Bucureşti—Predeal şi Timişul de Sus—Bucureşti.

Incep etapele de munte

Precum ştim primele patru etape au fost alergate pe plat cu excepţia celor câteva dealuri depe şoseaua Bucureşti—Alexandria. Dar începând de azi "căţărătorii" vor avea cuvântul. Toţi cicliştii rămaşi în cursă în număr de 27 privesc cu grije aceste ultime două etape.

Dacă rămâi de pluton fie din cauza oboselii fie din cauza unei defecţiuni technice este foarte greu să remontezi minutele pierdute.

Deaceea fiecare alergător a căutat să se odihnească şi să-şi pună la punct "maşina", ieri, când a fost zi liberă. Suntem siguri că până la Ploeşti nu se va trage toţi menajându-se pentru munte.

Dar sunt unii care aşteaptă aceste etape şi speră că vor reuşi să facă zile grele primilor clasaţi. In primul rând verii Chicomban şi fraţii Şandru; căci aceşti sunt oamenii etapelor de munte. Dar şi ceilalţi în frunte cu purtătorul eşarfei roşii MARIN NICULESCU vor căuta să-şi întărească situaţia în clasamentul general.

Lupta dintre Ervant şi Marin va fi aprigă.

Situaţia în clasamentul general

După cele patru etape MARIN NICULESCU conduce în clasamentul general cu 11 ore 33 minute şi 33 secunde, fiind urmat de ERVANT NORHADIAN cu acelaş timp însă la diferenţă de două puncte. O surpriză este Gh. Dumitrescu (Concordia Pl.) care se află clasat la locul III-lea, numai la 1 min şi 7 s. de primul. Felul cum se va comporta la munte îi va lămuri situaţia în clasament. La locul IV este Pantazescu având acelaş timp cu Dumitrescu, dar cu 2 jum. mai mult. Locul V îl ocupă N. Chicomban care pare că nu este la punct cu antrenamentul. Totuşi nu trebuie să ne mire dacă la munte "Nae" va fi mereu în frunte. Coman este la locul 6 dovedind că este un ciclist cu posibilităţi. Sperăm că se va comporta şi mai departe bine.

In rest veţi citi singuri clasamentul pe care îl publicăm astăzi în întregime. Trebue totuşi să arătăm că Şandru cel "mic" merge foarte bine şi în momentul când va acumula experienţa va fi un adversar de temut. Insă fratele său mai mare nu trebuie să mai repete greşeala de a-l opri atunci când are el pene, a căror reparare cere timp.

O menţiune pentru Victor Naidin clasat la locul opt imediat după Tr. Chicomban care a pierdut minute în etapa Bucureşti—Găeşti—Bucureşti.

Trebue să relevăm deasemenea abandonul lui V. Nicolozzo demoralizat de numeroasele ghinioane.

U. C. B.-ul din nou în frunte

Pe echipe, după ce a condus Steaua Română o etapă, locul prim îl ocupă din nou UCB-ul prin Norhadian şi Silvestru.

La locul doi este "VIF. DACIA" prin Marin Niculescu şi I. Gociman. Steaua Română a retrogradat la locul trei.

Lupta finală se va da între aceste trei echipe pentru câştigarea cupei oferită de ziarul nostru.

Azi: Bucureşti—Predeal

Etapa a cincea se va alerga pe traseul Bucureşti—Predeal măsurând 144.500 km.

Startul...

se va da la ora 7.30 din piaţa Generalissimul Stalin.

Sosirea...

La Predeal în faţa Regimentului Vânători.

Duminică ultima etapă

Etapa a şasea şi ultima măsurând 150 km. se va alerga pe traseul Timişul de Sus—Bucureşti.

Plecarea se va da din dreptul km. 153. Sosirea pe şoseaua Generalissimului Stalin—Statuia Aviatorilor.

Clasamentul general după patru etape

1. Marin Niculescu (VD) 15 ore 33 minute 30 secunde—6 p.;
2. Ervant Norhadian (UCB) acelaş timp—8 p.;
3. Gheorghe Dumitrescu (Conc) 15 ore 34'37"—28.5 p.;
4. Dumitru Pantazescu (G-E) acelaş timp—30.5 p;
5. Nicolae Chicomban (UAB) 15 ore 36'35"—32 p.;
6. Gheorghe Coman (CM) 15 ore 36'35"—41.5 p.;
7. Traian Chicomban (IAR) 15 ore 37'35";
8. Victor Naidin (CFR) 15 ore 39'33";
9. Const. Şandru (S. Română) 15 ore 39'43";
10. Gheorghe Negoescu (Tel.) 15 ore 49'49";
11. Gheorghe Şandru (S. Română) 15 ore 44'53";
12. Nicolozzo G. (BRVC) 15 ore 45'34";
13. Silvestru I. (UCB) 15 ore 46'15";
14. W. Ştefănescu (M) 15 ore 44'50";
15. I. Gociman (VD) 15 ore 48'02";
16. Ciobodaru (UCB) 16 ore 04'24";
17. Popescu Şt. (VD) 16 ore 04'55";
18. V. Spuibatu (T) 16 ore 08'04";
19. Dolete (UCB) 16 ore 08'12";
20. I Georgescu (UAB) 16 ore 08'17";
21. Ghezarie (Conc) 16 ore 08'19",
22. Chivu (Conc.) 16 ore 08'30";
23. Mihăilescu (Conc) 16 ore 09'47";
24. Ionescu A. (Conc) 16 ore 14'09";
25. Robert Ştefan (GE) 16 ore 24'42";
26. Borş (VD) 16 ore 27"52";
27. Atias (M) 16 ore 28'55";

Clasamentul pe echipe

1. UCB (Norhadian Silvestru) 31 ore 19 minute 45 secunde;
2. Vif Dacia (Niculescu, Gociman) 31 ore 21'32";
3. Steaua Română (Şandru C. Şandru G.) 31 ore 24'39";
4. Concordia (Dumitrescu, Ghezarie) 31 ore 42'26";
5. UAB (Chicomban N. Georgescu) 31 ore 44'52";
6. Gaz-Electra (Pantazescu, Robert) 31 ore 59'19".
7. Malaxa (Ştefănescu, Atias) 32 ore 16'45".

FOOTBALL

Districtualii contra Diviziei B...

SEMI - FINALELE CEFERIADEI DE FOOTBALL

T. SEVERIN—DEJ ŞI GALAŢI—BUCUREŞTI TRIAJ ASTAZI PE STADIONUL DIN GIULEŞTI

Intr'un cadru festiv, astăzi după amiază se desfăşoară pe stadionul din Giuleşti semi-finalele Ceferiadei de foot-ball, competiţie care a devenit foarte populară şi corespunzătoare nevoilor sportului feroviar care a angrenat o întreagă massă de muncitori.

Incepută în mijlocul unui interes deosebit, Ceferiada a continuat dela etapă la etapă cu succes crescând, succes sportiv care poate rivaliza cu celelalte competiţiuni footballistice din ţară. Faptul că echipele divizionare nu au fost admise anul acesta în Ceferiadă, a constituit un stimulent neobicinuit, deoarece — şi aceasta s'a văzut mai târziu — toate echipele au jucat cu şanse egale mai mult sau mai puţin. In orice caz, nu au existat favoriţi siguri şi faptul că în semi-finale azi joacă două echipe districtuale CFR Dej şi Bucureşti Triaj constitue o dovadă a condiţiunilor egale de disputare a numeroaselor jocuri.

La capătul competiţiei pe anul în curs, se poate afirma cu tărie că scopul a fost atins: participarea a fost extrem de numeroasă, concurenţa dintre grupări foarte mare, au fost verificate o serie de elemente tinere şi grupări districtuale de valoare care — fără această probă — ar fi continuat să activeze anonim şi s'a atins atât scopul propagandistic cât şi acel al difuzării acestui sport în adâncime.

Galaţi şi Turnu Severin favoriţi, dar...

Programul semi-finalelor, care se dispută azi, l-am publicat. Il reamintim:

Ora 16: CFR Galaţi—Bucureşti Triaj.

Ora 18: CFR Turnu Severin—CFR Dej.

Două jocuri care dau avantaj echipelor divizionare B din Turnu Severin şi Galaţi. Acestea au mai multă rutină, au susţinut foarte multe jocuri grele şi decisive şi se presupune că vor şti să treacă şi hopurile de astăzi.

Dar districtualii nu sunt echipe care ar putea fi sub-estimate. Practică un foot-ball foarte plăcut, eficace şi destul de curagios pentru a servi replici dârze adversarilor de astăzi. Incât, socotim că Galaţi şi Turnu Severin se vor califica — dacă adversarii nu le vor face vreo surpriză — cu preţul unor eforturi destul de mari.

Echipele provinciale au sosit

In cursul zilei de eri au sosit în Capitală toate echipele calificate din provincie.

Prima a sosit CFR din Dej, ai cărui conducători ne-au anunţat următoarea formaţie care va fi opusă azi severinenilor:

Maklary—Panţiru; Paval—Covaci; Papolezi, Erdely—Hirsch; Meszaros; Fodor, Denes, Husa.

Echipa din Dej este convinsă că are un joc dificil dar speră într'un rezultat onorabil.

Severinenii vor alinia după toate probabilităţile următoarea echipă:

Fabian - Ionescu Crum Luca - Mureşan; Părjol; Vidani - Oprean; Ludwig; Biolan; Staşcu; Nanu.

Cum vedeţi, câteva nume foarte cunoscute: Ionescu; Crum; Mureşan; Părjol; Ludwig; Vidan; Luca, etc.

CFR din Galaţi va prezenta probabil unsprezecele:

Pătraşcu—Cazacu; Jarcă—Boncan; Ivanov; Gavrilescu—Stoiniceanu; Emilian; Zapis II; Gheorghe; Zapis I.

Şi aici întâlnim nume cunoscute: fraţii Zapis; Jarcă; Ivanov; Pătraşcu.

Iar Bucureşti Triaj va apela la formaţie:

Pătruţescu, Motoriu Anghel; Gheorghe N.—Iliescu V.; Dumitriu Gh.; Toma Gh.; Alexandru Gh.; Anagnosti C.; Dumitrescu Gh.; Ciofiac Ion; Ghiridi V.

Mâine finala

Echipele învingătoare de astăzi se vor întâlni mâine tot pe stadionul din Giuleşti în cadrul finalei Ceferiadei. In deschidere, învinşii se vor înfrunta pentru locurile 3 şi 4.

FINALA CAMPIONATULUI SECTORULUI DE SUD

Matchul pentru desemnarea campionului Sectorului de Sud (seniori) care se dispută Duminică pe terenul Macabi începând dela ora 17.30 se anunţă foarte pasionant. Această întâlnire se află şi la a treia ediţie UAB din Braşov şi CFR din Constanţa nereuşind niciuna să câştige pe teren propriu. Primul match disputat la Constanţa s'a terminat cu scorul de 0—0. La al doilea match la Braşov rezultatul a fost din nou egal :1—1.

Desigur că ambele echipe vor lupta cu ardoare, mâine la Macaby, pentru a tranşa această rivalitate.

Azi, dispute decisive în competiţiile muncitoreşti

După cum am anunţat din timp, în Capitală se dispută mai multe competiţii muncitoreşti de football.

Azi, Sâmbătă şi mâine Duminică, au loc ultimele matchuri în cadrul lor.

Astfel în cadrul «Cupei Pielarilor» se întâlnesc pe terenul ACSA, în ultima etapă «Tăbăcăria Naţională» cu «Pielari» la ora 18; în deschidere la ora 16, «Gralex» înfruntă «Talpa». Matchurile se anunţă foarte disputate, de această etapă depinzând clasamentul definitiv.

In cadrul Cupei Sindicatului Constructori se dispută pe Stadionul Muncitoresc prima semi finală între „Sindicatul Constructori» şi «Acogen». Cea de a doua semi finală («Ferentari» — «Instalatorul») se dispută mâine pe acelaş teren. Matchurile vor avea următoarele deschideri:

Sâmbătă: Sovconstrucţie — APACA.

Duminică: Titan—IGT.

Finala «Cupei Uniunii Sindicatelor Alimentare»

„CUPA UNIUNII SINDICATELOR ALIMENTARE", competiţia de football la care au participat 14 oraşe din ţară, trăeşte mâine, pe stadionul Giuleşti, ultima fază.

După un şir de victorii frumoase, echipele muncitorilor dela „Danubiana" din Roman şi „Freidorf-Libertatea" din Timişoara se vor întâlni în finală, începând dela ora 11 dimineaţa. Atât divizionarii B din Roman, cât şi timişorenii, deplasează formaţiile complete.

In deschidere, la ora 9, „Herdan" se întâlneşte cu „Ospătari".

ATLETISM

FILMUL PROBELOR DIN ZIUA DOUA A CONCURSULUI DE SELECŢIE

Ziua doua a concursului atletic de selecţie n'a reuşit să se ridice la nivelul celeilalte, deşi disputele au fost dârze, deşi cifre bune n'au lipsit, deşi organizarea n'a fost rea. Totuşi publicul prezent iarăşi în număr mare a putut urmări un concurs, în orice caz interesant, dar asupra concursului cu durerile şi bucuriile lui, cu lucrurile pozitive şi cele negative — căci din păcate au existat şi acestea — vom reveni.

Iată probele celei de a doua zile:

A câştigat Truică!

Singura probă de garduri a zilei a adunat la start doar trei concurenţi: Truică Zămbreşteanu şi Hadârcă, care s'au străduit să salveze aspectul unei curse care se anunţase spectaculoasă. A câştigat Truică pentrucă oricum e cel mai bun dintre ei şi promite să-şi revină. Zămbreşteanu în notă, iar Hadârcă parcă surprins de alura prea tare de pe prima parte a cursei.

Timpuri bune la 800 m.

In lipsa lui Emil Pandrea, Tălmaciu a reintrat făgăduitor. A condus cursa din cap în cap, deşi Mureşanu s'a comportat iarăşi excepţional, nelăsându-l o clipă singur. Petcu al treilea, dar cu o cifră care e şi recordul carierei sale de altfel ca şi a lui Mureşanu şi a timişoreanului Mihailovici.

Treybal n'are adversare!

La fel însă, Treybal a dominat cursa de o manieră categorică. A pornit tare, urmată de Mai Moldovan, Socol, Ceacloş şi Andruţă. Cu încetul însă celelalte nu pot rezista trenei lui Dit şi rămân. Moldovan care forţase să se menţină în preajma colegei sale, e depăşită pe ultima sută de Ceacloş şi de Andruţă.

O tentativă de record

La înălţime, pentru că pista de elan era prea moale s'a sărit de pe iarbă, care a fost însă şi ea un serios handicap. S'a început la 1.55, unde rămâne Adole, iar Buhlea şi Wiesenmayer să-l imite cinci centimetri mai sus. Şi urmează arădeanul Heinrich la 1.65 m.

Yost alunecă pe iarbă şi n'are controlul bătăii, totuşi sare cu mult peste la 1.70. Lugojanul Tacaci cu un stil foarte curios, sare şi el acelaş înălţime. La 1.75 începe Soter să sară, care trece mai apoi 1.80 şi 1.86. Incearcă la 1.93 o tentativă de record pe care-o greşeşte de puţin.

Stoenescu câştigător?

In acest timp se dă plecarea cursei de 200 m. plat. Poenaru e acela care conduce primii şaizeci de metri, după care trec de el Stoenescu şi Moarcăş, iar pe ultimii metri şi Stoian. Câştigătorul Stoenescu a făcut o cursă foarte bună; cu nimic mai prejos lui Moarcăş. Stoian în formă, Poenaru acceptabil, Triteanu cu o cifră pozitivă.

Un aprig duel

Duelul discobolilor aşa cum se anunţase, a fost luptă strânsă disputată cu dârzenie pentru fiecare centimetru şi pentru un loc mai bun. A învins Raica, după cum tot atât de bine putea învinge Dumitru, Coman sau Gurău. In orice caz lupta lor deşi n'a adus cifre senzaţionale, a adus performanţe bunicele pentrucă de mult timp n'am mai avut noi cinci aruncători între 42.67 şi 40,27 m. şi adăogaţi a lipsit şi Biro.

Luiza Ernst iarăşi 5.40 m.

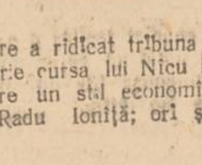
Cea mai frumoasă probă a zilei a fost însă fără îndoială săritura în lungime fete, în care Luiza Ernst în mai puţin de două săptămâni îşi reediteaza acel 5.40 m. al recordului său şi ghinionist, depăşeşte o săritură excepţională de 5.55 m. Şi aşa Luiza s'a dovedit a fi în mare formă, capabilă încă de serioase îmbunătăţiri de cifre şi de noui recorduri. Rita Schuster cu un centimetru peste 5 m. îşi revine în formă după un stupid clacaj suferit la Cluj.

Ca şi Iuta Haffer—mai puţin clacajul — care a întrecut cu trei centimetri pe Ileana Bârlea care n'a fost în plenitudinea posibilităţilor ei fizice.

Dinu Cristea în mare formă

Iarăşi Dinu Cristea, de data aceasta însă la 10.000 m.! Dinu a făcut o cursă formidabilă, pe o pistă foarte moale, întrecându-şi absolut toţi adversarii cu multe tururi.

Cu o sută de metri înaintea sosirei, Dinu a găsit resurse să tragă un sprint



final, care a ridicat tribuna în picioare. Relevatorie cursa lui Nicu Nicolae, care deşi n'are un stil economic, a depăşit net pe Radu Ioniţă; ori şi aceasta e ceva.

Un invingător glorios

Insăşi o probă disputată al cărei câştigător n'a putut fi ales decât abia în ultima săritură. Călărăşanul Elias Baruch a condus totuşi din prima săritură (13.14 m.), Topoloveni ajunge la un centimetru de el, iar Chiriacescu se anunţă un adversar serios amândorora. Ceilalţi Cătuţ, Mircea Dumitrescu şi Geangale se luptă şi ei să ajungă la 13 m. Surpriză înfrângerea lui Ruja, nici el în formă şi în plus obosit.

In ultima săritură, Chiriacescu — săltea primul — depăşeşte pe Elias, şi se părea că a câştigat. Elias însă într'un mare efort, reuşeşte 13.48 m. cu care a câştigat.

3000 m. steeple!

La 3000 m. steeple, Naghi a făcut o cursă inteligentă care i-a adus binemeritat locul întâi. A stat în plasa lui Vlăducă şi Catană câteva tururi. Apoi a luat cursa pe cont propriu reuşind un 9.53.8 onorabil. Regretăm sincer absenţa lui Victor Firea. Catană; a mers totuşi bine, iar Vlăducă poate ar fi putut mai mult. Avram neantrenat pentru obstacole ci doar pentru plat. In orice caz însă nici unul din ei — poate mai puţin Naghi — nu ştiu să sară obstacolele.

Un duel ratat?

Lupta dela disc fete, a fost parcă mai puţin disputată decât ne aşteptam, pentru că Ileana Medrea a condus cu autoritate din prima aruncare, d-na Pusch probabil resimţindu-se după rana ce a avut-o în talpă, iar Elsa Goldner ca de obiceiu în concurs: emoţionantă. Din zi în zi mai bună Neurohr, d-na Aline Poenaru o învinsă glorioasă, iar Receanu faţă de ultimele-i cifre oarecum în regres.

Cifre oarecari la ciocan

Strânsă lupta ciocănarilor noştri, în special între Ion Toma şi Dumitru Constantin, care totuşi n'au depăşit limita celor 47 m. în jurul căreia ne învârtim mereu.

Toma însă a prins o aruncare de 49 m. puţin depăşită, iar Dumitru Constantin aruncase cam tot atâta la încălzire.

Iosimovici mai slab ca de obiceiu, ca şi Gurău, care totuşi, nu e un aruncător de ciocan.

Doar două concurente!

Doar două concurente la suliţă... şi acestea fără să impresioneze.

Ar trebui găsită o soluţie pentru împrospătarea cadrelor în această probă, cea mai slabă reprezentată ca performanţă, a atletismului nostru.

Finalul: 4 × 100

Ultima probă a concursului a fost o ştafetă 4x100, care ne-a arătat în afară de forma lui Stoenescu că nu se cunoaşte aproape de loc tehnica schimburilor.

După ce a fost condusă trei schimburi Selecţionata Bucureşti (Popovici, Hadârcă, Zămbreşteanu, Stoenescu) îşi apropie pe ultima sută o meritată victorie prin efortul lui Stoenescu.

r. vil.

Printre culoare

■ IN VEDEREA cantonamentului de antrenament din Cluj se vor avea în vedere şi performanţele de până acum şi cele de acum înainte ale atleţilor şi atletelor.

■ PENTRU cantonamentul din Cluj vor fi verificaţi desigur V. Firea; Belba; Biro; Mai Moldovan; Heinrich; Bran; Ruja; Ianiza; Hegedus etc.

■ LA CLUJ Babole a parcurs într'o ora 17 km. 38 m. Cu 80 m. mai puţin de record.

Dr. E. Froehlich

Boili de piele, păr, venerice, sifilis.
Trat. blenoragiei cu o singură inj.
Bd. 1848 (fost Brâncoveanu) Nr. 6
vis-a-vis de Spitaul Colţea
Cons.: 11—1 şi 4—7
Tel. 5.39.54

SPORTUL IN PRESA SOVIETICĂ

Urmare din pagina 1-

tabăra cetitorilor reflectă pe plan ideologic majoratul sportului sovietic, care ocupă un loc alături de celelalte preocupări ale omului sovietic. Este o dovadă a faptului că regimul sovietic, care consideră pe om drept „cel mai valoros capital al său" (Stalin) a reuşit să realizeze unitatea, sinteza pe un plan mai ridicat, a conceptelor corp şi intelect, pe cari propagatorii idealismului de esenţă burgheză degeaba s'a străduit să le separe ca inconciliabile.

Ţara socialismului a reuşit să educe o generaţie care priveşte sportul ca un mijloc necesar pentru ridicarea sa corporală, pentru a realiza în acest fel mai repede, cu forţe sporite, societatea comunistă, gradul superior de desvoltare, ce urmează socialismului.

Vedem, deci, dintr'un amănunt pur technic gazetăresc, cum se îmbină armonic pe paginile ziarelor sovietice preocupările politice, economice, culturale şi sportive, reflectând fidel armonia interioară din sufletele cititorilor sovietici, realizarea regimului socialist!

E. H.

informaţii PRONOSPORT

IN ATENŢIUNEA CELOR CE TRIEAZĂ LA PRONOSPORT

49. Bucureanu Ioan
15. Pietreanu M.
16. Gherman M.
17. Crăciunescu Constanţa
18. Crăciunescu Constantin
19. Ghelberg Carola
20. Ghelberg Nicu
21. Sufrin Dumitru
22. Brătescu, M.
23. Gabai Julieta
24. Niţu Vasile
27. Friedman Otto
28. Lebas Liviu
29. Moraru Elena
30. Selmereanu R.
32. Rădulescu Sofronie
33 Roman Gheorghe
34. Georgescu Emilia
35 Ionescu Alice
36. Rădulescu Aurelia
37. Mărculescu Petre
38. Făgărăşanu A.
39. Avramescu Armand
40. Corbeanu Gheorghe

Cei dela numărul 49-23 inclusiv vor veni Luni orele 8 a. m.

Dela numărul 24-29 incusiv vor veni Luni orele 14 a. m. dela 30-34 inclusiv Marţi ora 8 a. m. Dela 35-40 inclusiv Marţi orele 8 a. m. sunt rezerve fără obligo.

MEDICINĂ SPORTIVĂ

INIMA SPORTIVILOR ANTRENAŢI

de **Dr. MIRON GEORGESCU**

EFORTURILE REPETATE un timp îndelungat nu rămân fără efect pentru corpul omenesc.

Acesta ascultă de legea generală de adaptare a tuturor organismelor vii, cari caută să facă faţă nouilor situaţii, prin modificări funcţionale astfel făcute, încât să poată răspunde cât mai economic şi să amortizeze cât mai mult perturbările pe care le produc nouile condiţiuni de activitate.

Dat fiind că muşchii reprezintă mai mult de 40 la sută din greutatea corpului omenesc, este uşor de înţeles că efortul muşchilor produce perturbări foarte mari în funcţiunea celorlalte organe.

In cazul când acestea nu şi-ar da contribuţia lor, activitatea musculară ar sdruncina într'atât echilibrul funcţional în care se găseşte organismul omenesc, încât ar face viaţa imposibilă.

Toate componentele corpului omenesc sunt însă strâns legate una de alta şi activitatea lor astfel coordonată, încât deşi din punct de vedere anatomic fiecărui organ i se poate delimita precis marginile, din punct de vedere funcţional, fiecare organ se întinde cât corpul omenesc în întregime.

Astfel spre exemplu, dacă s'ar putea colora substanţele rezultate din funcţionarea unui grup de muschi şi apoi am diseca corpul, am găsi coloarea aceasta răspândită în întreg organismul, deşi muschii care activaseră reprezentau numai o mică parte din el.

Rolul esenţial în legătura dintre diferitele componente ale corpului îl are sângele şi limfa care scaldă ca într'o bae toate celulele corpului omenesc.

Inima este pompa care împinge aceste lichide. Ea este supusă la un supliment de muncă excepţional în timpul efortului muscular.

Am arătat într'un articol precedent felul în care inima se adaptează la nevoile momentane create de activitatea muschiulară.

Deoarece modificările momentane sunt totuşi destul de costisitoare din punct de vedere energetic, inima supusă la eforturi repetate îşi perfecţionează mijloacele de adaptare.

Dat fiind că debitul cardiac (cantitatea de sânge pe care ventricolul o aruncă în arteră în timpul unui minut) depinde de numărul contracţiilor pe minut (Frecvenţa) şi de cantitatea de sânge pompată într'o singură contracţie. (Volumul bătae) inima îşi va adapta ambii factori şi va reuşi ca printr'o cât mai mică cheltuială de energie să facă faţă nevoilor crescute ale organismului.

Astfel numărul pulsaţiilor care în repaus este la un individ neantrenat în jurul a 70 pe minut, la sportivii antrenaţi scade la 60 şi chiar mai puţine.

HERXHEIMER numărând pulsul la 75 tineri sportivi, a găsit în medie 63.35 de pulsaţii, iar ca cifre extreme la unul 90 iar la altul 35.

Alţi autori a arătat influenţa antrenamentului urmat mai mulţi ani asupra bătăilor inimei. Astfel KNAPPER a făcut numărători ale pulsului pe mai mulţi ciclişti timp de trei ani consecutiv. In primul an de antrenament a găsit în mediu 69 de pulsaţii în al doilea 64 iar în al treilea numărul lor a scăzut la 56 de pulsaţii pe minut.

Ne putem întreba de ce se face această scădere a numărului de pulsaţii (bradicardie)?

Rostul ei este bine stabilit.

In timpul efortului numărul pulsaţiilor se ridică foarte mult.

Această ridicare are însă anumite limite dincolo de care nu poate trece de carece s'ar produce turburări grave.

In activitatea inimei există două faze — una de contracţie (sistolă) şi alta de relaxare (diastolă). Acestea se succed una după alta şi necesită o durată de timp care la omul neantrenat reprezintă ceva mai mult decât 8/12 dintr'o secundă.

Mărirea numărului bătăilor înseamnează că timpul acesta se va scurta. Cum însă durata contracţiei nu poate să se scurteze decât extrem de puţin, înseamnează că perioada de relaxare va deveni foarte mică. In această perioadă însă, inima se umple cu sânge care este apoi pompat prin contracţia care urmează.

Deoarece timpul de umplere este foarte scurt, inima se umple insuficient şi atunci contracţia ce urmează aruncă în circulaţie o cantitate mult mai mică decât este necesară. In cazul când numărul pulsaţiilor atinge cifre prea ridicate (180 după Wenckenbach, Ewig 232, Brouha 246) perioada de umplere este atât de scurtă încât inima nu mai primeşte sânge şi se contractă în gol.

Prin bradicardia de repaus inima îşi ia măsuri de siguranţă. Pornind dela cifre mai joase ridicarea numărului de pulsaţii în timpul efortului nu va atinge limitele critice şi în felul acesta diastola va fi suficient de lungă pentru ca ventricolele să aibă timp să se umple cu sânge.

Cercetările făcute pe sportivi au arătat că dacă la un individ neantrenat pulsul se ridică la 120 de bătăi pe minut, la unul antrenat pe acelaşi efort el nu atinge decât 100—110 pulsaţii pe minut.

O altă diferenţă o constitue revenirea la normal a ritmului cardiac. Cu cât un organism se depărtează mai puţin de starea lui obicinuită de funcţionare şi cu cât îşi revine mai repede la ea, în cazul când au survenit modificări, cu atât mai uşor acest organism va face faţă tuturor nevoilor.

Am văzut că ritmul cardiac al sportivilor antrenaţi se depărtează mai puţin de cel din repaus, decât la neantrenaţi.

Revenirea de asemenea se petrece mult mai rapid la antrenaţi decât la cei neantrenaţi, astfel că se poate conchide că inima acestora poate suporta în condiţiuni mult mai bune modificările survenite în timpul efortului.

— Cel de al doilea factor al debitului cardiac — debitul bătae — suferă şi el adaptări. Cantitatea de sânge aruncată printr'o contracţie în circulaţie este mult mai mare la un sportiv antrenat decât la unul neantrenat.

Acest lucru se întâmplă din două motive. Mai întâi pentru că perioada de umplere (diastola) este după cum am arătat mai lungă şi în al doilea rând pentru că inima suferă o dilataţie fiziologică care ridică volumul de sânge al unei bătăi cardiace dela 75 cc. cât este normal la 120 cc. şi chiar mai mult.

In felul acesta inima tinde să realizeze creşterea debitului nu prin menirea frecvenţei ci prin aceea a debitului bătae fapt care reprezintă un procedeu mult mai economic pentru ea.

Toate aceste modificări pe care le suferă inima în vederea unei mai bune activităţi sunt însă transitorii.

Dacă antrenamentul se întrerupe, inima îşi revine încetul cu încetul la starea ei iniţială. Atât bradicardia cât şi creşterea volumului bătae diminuă şi după o perioadă de timp variabilă cu gradul de antrenament şi constituţia individului ating cifrele avute la începutul antrenamentului.

Ceeace trebue să ştie sportivii este faptul că toate adaptările inimii pentru efort necesită timp.

Modificările pe care le-am descris mai sus nu survin peste noapte. Numai după un antrenament în care efortul să se facă progresiv se poate ajunge la o bună adaptare a inimii.

Durata unui astfel de antrenament trebue să fie de minimum o lună şi jumătate, timp în care organismul exercitat metodic dobândeşte calităţi superioare ce îi dau posibilitatea de a suporta eforturile mari fără pericol.

Modificările în volumul inimei au fost descrise de mulţi autori care au creat chiar un termen special „Inima mare a sportivilor" sau „Sport herz", etc.

Despre aceasta vom vorbi însă într'un articol viitor.